

Зав. Производством:

Технолог:

Директор МАОУ СОШ № 4

МЕНЮ МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский

7 день 23.05.2023г.

Меню обучающихся 7-11 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	307	Котлета рыбная с маслом	65	168,7	8,4	1	6,5
	горячее блюдо	377	Пюре картофельное	150	172	4,1	6	8,7
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	84	0,6	0,1	20,1
	фрукт	82	Фрукт	200	90	0,8	0,8	19,6
	хлеб	574	Хлеб ржаной	30	61,8	2,4	0,5	12
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	70,2	2,3	0,2	14,8
ВСЕГО завтрак:				675	646,7	18,6	8,6	81,7
Обед	горячее блюдо	307	Котлета рыбная с маслом	90	233,66	11,6	1,4	9
	горячее блюдо	377	Пюре картофельное	150	172	4,1	6	8,7
	напиток	495	Компот из сухофруктов	180	84	0,54	0,09	18,1
	фрукт	82	Фрукт	200	90	0,8	0,8	19,6
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6	3	0,3	19,7
ВСЕГО обед:				700	755,66	23,24	9,19	91,1

Меню обучающихся 12-18 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	307	Котлета рыбная с маслом	65	68,7	8,4	1	6,5
	горячее блюдо	377	Пюре картофельное	150	105	4,1	6	8,7
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	84	0,6	0,1	20,1
	фрукт	82	Фрукт	200	88	0,8	0,8	19,6
	хлеб	574	Хлеб ржаной	30	61,8	2,4	0,5	12
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	70,2	2,3	0,2	14,8
ВСЕГО завтрак:				675	477,7	18,6	8,6	81,7

Обед	горячее блюдо	307	Котлета рыбная с маслом	110	116,3	14,1	1,7	11
	горячее блюдо	377	Пюре картофельное	200	140	5,4	8	11,6
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	84	0,6	0,1	20,1
	фрукт	82	Фрукт	200	88	0,8	0,8	19,6
	хлеб	574	Хлеб ржаной	45	92,7	3,6	0,7	18,1
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	45	105,3	3,4	0,4	22,1
ВСЕГО обед:				800	626,3	27,9	11,7	102,5

Меню обучающихся ОВЗ 7-11 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	307	Котлета рыбная с маслом	65	68,7	8,4	1	6,5
	горячее блюдо	377	Пюре картофельное	150	105	4,1	6	8,7
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	84	0,6	0,1	20,1
	фрукт	82	Фрукт	200	88	0,8	0,8	19,6
	хлеб	574	Хлеб ржаной	30	61,8	2,4	0,5	12
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	30	70,2	2,3	0,2	14,8
ВСЕГО завтрак:				675	477,7	18,6	8,6	81,7
Обед	горячее блюдо	307	Котлета рыбная с маслом	90	95,1	11,6	1,4	9
	горячее блюдо	377	Пюре картофельное	150	105	4,1	6	8,7
	напиток	495	Компот из сухофруктов	180	75,6	0,54	0,09	18,1
	фрукт	82	Фрукт	200	88	0,8	0,8	19,6
	хлеб	574	Хлеб ржаной	40	82,4	3,2	0,6	16
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	40	93,6	3	0,3	19,7
ВСЕГО обед:				700	539,7	23,24	9,19	91,1
Полдник	выпечка	533	Пирожок печенный с мясом и рисом	100	292,2	8,2	6,6	50
	напиток	484	Кисель	200	60	0	0	15

ВСЕГО полдник:				300	352,2	8,2	6,6	65
-------------------	--	--	--	------------	--------------	------------	------------	-----------

Меню обучающихся ОВЗ 12-18 лет:

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	232	Каша пшеничная молочная	250	286,1	9,1	8,1	44,2
	закуска	267	Яйцо отварное	50	78,8	6,4	5,8	0,4
	напиток	460	Чай с молоком	200	64	1,6	1,3	11,5
	хлеб	70	Бутерброд с маслом	50	202	2,4	14,8	15
				550	630,9	19,5	30	71,1
ВСЕГО завтрак:				675	477,7	18,6	8,6	81,7
Обед	горячее блюдо	307	Котлета рыбная с маслом	110	116,3	14,1	1,7	11
	горячее блюдо	377	Пюре картофельное	200	140	5,4	8	11,6
	напиток	495	Компот из сухофруктов	200	84	0,6	0,1	20,1
	фрукт	82	Фрукт	200	88	0,8	0,8	19,6
	хлеб	574	Хлеб ржаной	45	92,7	3,6	0,7	18,1
	хлеб	573	Хлеб пшеничный	45	105,3	3,4	0,4	22,1
ВСЕГО обед:				800	626,3	27,9	11,7	102,5
Полдник	горячее блюдо	533	Пирожок печенный с мясом и рисом	60	175,3	4,9	4	30
	закуска	пром.	Йогурт	90	51,1	0,5	3,2	8,7
	напиток	484	Кисель	200	60	0	0	15
ВСЕГО полдник:				350	286,4	5,4	7,2	53,7

Исп. Краюхина Л.В.